



# **Sosiaalinen vuorovaikutus videopelien pelaamisessa syrjäytyneiden nuorten näkökulmasta**

Oulun yliopisto  
Tieto- ja sähkötekniikan tiedekunta  
Tietojenkäsittelytiede  
LuK-tutkielma  
Vilma Rahtula  
07.10.2021

## Tiivistelmä

Videopelien pelaaminen on vuosien mittaan yleistynyt ja pelit voivat tarjota käyttäjille monia hyötyjä, mutta myös liiallinen pelaaminen on uhkana, jolloin pelaaminen ei enää ole antoisaa. Haitallisia seurauksia voivat äärimmäisissä tapauksissa olla peliriippuvuus ja siitä juontuvat ongelmat terveydessä, ihmissuhteissa ja muissa henkilökohtaisissa asioissa. Syrjäytyminen on tavallisesti useamman tekijän ja tapahtuman summa, jolta voidaan välttyä, jos syrjäytymisuhan alle joutuneita henkilöitä kuunnellaan tarkemmin.

Vuosikymmenten ajan videopelien negatiiviset vaikutukset lapsiin ja nuoriin ovat olleet vallitsevana puheenaiheena. Niiden on ajateltu kasvattavan nuorten väkivaltaisuutta, masentuneisuutta sekä aiheuttavan yhteiskunnasta syrjäytymistä. Eristäytymisen yhteiskunnallisten järjestelmien ulkopuolelle on varsinkin nuorten miesten ongelma, eikä siihen johtavat tekijät ole yksinkertaisesti ratkaistavissa. Tässä tutkielmassa perehdytään tarkastelemaan videopelien sosiaalisen vuorovaikutuksen merkitystä ja niiden roolia syrjäytyneiden nuorten arjessa. Tarkastelen myös, millainen sosiaalinen asema videopeleillä on nyky-yhteiskunnassa sekä millaiset tekijät ovat vaikuttaneet videopelien saavuttamaan maineeseen. Tutkielmassa syvennyn tarkastelemaan kirjallisuuskatsauksen avulla aiempia videopelejä käsitteleviä tutkimuksia ja niiden paljastamia tuloksia. Kirjallisuuden lisäksi kartoitan videopelien roolia syrjäytyneiden nuorten elämässä suomalaisen dokumenttisarjan valossa.

Tekemäni löydökset olivat useista lähteistä huolimatta yhdenmukaisia. Syrjäytymiselle ei ole olemassa tarkkaa, vakiintunutta määritelmää, koska aihe on hyvin moniselitteinen ja siihen johtavat tekijät vaihtelevat. Nämä tekijät ovat kuitenkin keskenään hyvin samankaltaisia. Yksi osatekijä voi johtaa toiseen, joka taas aiheuttaa lisää ongelmia. Tutkimuksen aikana ei juurikaan tullut vastaan sellaisia tilastoja, joiden mukaan videopelit olisivat syrjäytymisen ensisijainen syy, mutta harvoissa tapauksissa videopeliriippuvuus voi olla osasyynä syrjäytymiseen. Tästä huolimatta yhteiskunnan ulkopuolella elävien nuorten mielestä videopelien esittämä rooli oli kaikkea muuta kuin negatiivinen, ja videopelien sosiaalista vuorovaikutusta ja sen merkitystä korostettiin.

### *Avainsanat*

videopelit, väkivaltaisuus, syrjäytyminen, syrjäytyneisyys, PEILI-hanke, peliriippuvuus, pelihäiriö, Logged in

### *Ohjaaja*

FT, Yliopistonlehtori, Leena Arhippainen

# Sisällysluettelo

Tiivistelmä.....	2
Sisällysluettelo .....	3
1. Johdanto.....	4
2. Videopelien asema yhteiskunnassa .....	5
2.1 Videopelien hyväksyntä ja omaksuminen .....	5
2.2 Videopelit väkivaltaisten tekojen verukkeena .....	6
2.3 Pelaajatko epäsosiaalisia? .....	7
2.4 Videopelit yleistyvät vuosi vuodelta.....	8
3. Peliriippuvuus .....	10
3.1 Harvinainen, mutta vakava ongelma .....	10
3.2 Riippuvuuden kitkeminen .....	11
3.3 E-urheilun osallisuus peliriippuvuuden maantieteellisiin sijainteihin .....	11
4. Syrjäytyminen.....	13
4.1 Syrjäytyneiden asema yhteiskunnassa .....	13
4.2 PEILI-hanke kartoittaa eri osapuolten näkemyksiä .....	14
5. Videopelien asema dokumenttisarjan syrjäytyneiden nuorten elämässä .....	16
5.1 Taustalla halu herättää keskustelua .....	16
5.2 Sarjan miehet, jotka pelaavat .....	17
5.3 Syrjäytyneiden omat kokemukset .....	19
6. Tulokset ja pohdinta.....	20
6.1 Syrjäytyneiden äänten merkitys .....	20
6.2 Pelien tuomat mahdollisuudet ja helpotus elämään .....	20
6.3 Dokumenttisarja antaa toivoa.....	21
6.4 Peliriippuvuus voi johtaa syrjäytymiseen .....	22
7. Yhteenveto ja jatkotutkimusaiheet.....	23
Lähteet .....	24

# 1. Johdanto

Syrjäytyminen on Suomessa erityisesti nuorten miesten keskuudessa ilmenevä ongelma, ja siihen voivat johtaa monet eri tekijät. Syrjäytynyt henkilö ei kuulu yhteiskunnan tavalliseksi luokiteltujen toimintamallien sisäpuolelle ja tämän myötä kokee osattomuutta (Sevänen, 2019). Tällaisessa tilanteessa on hankala kokea olevansa kykeneväinen vaikuttamaan omaan elämään tai ympäristöön, jolloin helpompi vaihtoehto on pysytellä piilossa muiden tuomitsevilta katseilta. Jos työ- tai koulupaikkaa ei ole, ei kotoa poistumiselle välttämättä ole minkäänlaisia motivoivia tekijöitä. Päivät kuluvat siis pitkälti kotioloissa, ja tekemistä on rajallisesti.

Videopelit kuitenkin tarjoavat mahdollisuuden upota uusien maailmojen syvyyksiin ja niiden tarjoamien seikkailujen pariin, ja pelatessa oman maailman murheet on helppo jättää hetkelliseksi taakse. Jos tilannetta tarkkailee ulkopuolisen henkilön silmin, on helppoa olettaa, että syrjäytyneisyys ja elämäntavoissa vallitseva passiivisuus ovat saaneet alkunsa nimenomaan videopelien pelaamisesta. Tässä tutkielmassa syvennyn tarkastelemaan videopelien sosiaalista merkitystä, videopelien mahdollista kausallisuutta eli syy-seuraussuhteita, videopelien sosiaalista asemaa nyky-yhteiskunnassa sekä niiden maineeseen vaikuttaneita tekijöitä.

Tutkielman tarkoituksena oli tarkastella videopelien sosiaalista merkitystä sekä pelien roolia syrjäytyneiden nuorten arjessa, videopelien sosiaalista asemaa nyky-yhteiskunnassa sekä videopelien saavuttamaan maineeseen vaikuttaneita tekijöitä. Tutkimusmenetelmänä on kirjallisuuskatsaus, joka on tutkimismuoto, jonka tarkoituksena on tiivistää ja arvioida tiettyä aihetta koskevien kirjoitusten kokonaisuutta (Knopf, 2006). Aineistoksi valitsin erilaisia tilastollisia tutkimuksia, ammattilaisten lausuntoja ja artikkeleita liittyen videopeleihin, peliriippuvuuteen ja syrjäytymiseen, sekä syrjäytyneitä nuoria miehiä käsittelevän dokumenttisarjan, jonka koin tärkeäksi ottaa mukaan tarkasteluun kirjallisuuskatsauksen tueksi, sillä sarja on herättänyt paljon keskustelua eri tahojen osalta. Lopuksi analysoin ja käsitteelin saamiani tuloksia, jotka osoittivat, että videopelien asema on nyky-yhteiskunnassa merkittävä. Niiden sosiaalinen rooli on erityisesti syrjäytyneille nuorille tärkeä, ja enemmistö suosii videopelaamista yhdessä muiden pelaajien kanssa. Videopelit ovat vuosien mittaan saaneet myös paljon kritiikkiä niiden tarjoamasta sisällöstä, mutta on otettava huomioon, että kaikki videopelit eivät ainoastaan sisällä väkivaltaa ja graafista materiaalia. Ne voivat myös olla hyvin opettavaisia ja tarjota pelaajalle erilaisia hyvinvointia edistäviä tekijöitä, mikäli on valmis hylkäämään mahdolliset ennakkoluulot.

Tutkielman luku 2. käsittelee videopelejä ja niiden asemaa yhteiskunnassa yleisesti, videopelien hyväksyntään vaikuttavia tekijöitä, väkivaltaisten tekojen ja videopelien potentiaalisia kytköksiä toisiinsa, pelaajiin kohdistuvia stereotypioita sekä videopelien jatkuvaa yleistymistä. Luvussa 3. käydään läpi peliriippuvuutta, sen yleisyyttä sekä ennaltaehkäisemistä ja hoitoa. Luvussa 4. tarkastellaan PEILI-hankkeen tuottamia tuloksia sekä käsitellään syrjäytymiseen johtavia tekijöitä ja näkemyksiä eri tahojen osalta. Luku 5. sisältää tarkastelua ja pohdintaa Logged in -dokumenttisarjan sisällöstä ja lopputulemista. Luku 6. sisältää tuloksia ja pohdintaa, ja luvusta 7. löytyy yhteenveto ja jatkotutkimusaiheet.

## 2. Videopelien asema yhteiskunnassa

Vaikka tänä päivänä huomattava osa suosituimmista videopeleistä sisältää graafista väkivaltaa sekä negatiivisia, sosiaalisia stereotypioita, on tietynkaltaisilla videopeleillä huomattu myönteisiä vaikutuksia pelaajissa. Oikeanlaiset videopelit voivat kehittää muun muassa pelaajan oppimista ja erilaisia taitoja. Motivaation stimuloinnin lisäksi videopelejä pidetään erittäin hyödyllisinä käytännön taitojen hankkimisessa, havainnointikyvyn parantamisessa, stimulaation lisäämisessä, ongelmanratkaisutaitojen kehittämisessä sekä strategisen taktikoinnin parantamisessa. (De Aguilera & Méndiz, 2003.) Videopelien pelaamisesta kiinnostuu, jos peli on viihdyttävä ja tarpeeksi helppo oppia, jolloin pelin varsinainen aihe voi olla täysin toissijainen tekijä.

Tutkimukset ovat todistaneet, että videopelit voivat parantaa myös nuorten akateemisia sekä sosiaalisia taitoja. Vuonna 2021 Entertainment Software Association (2021) tekemän tutkimuksen mukaan amerikkalaisista pelaajista prosentuaalisesti suuri määrä kokee hyötyvänsä pelaamisesta monin tavoin. Pelaajista 87 prosenttia uskoo, että videopelit rentouttavat ja lievittävät stressiä. Heistä 81 prosenttia kokee, että videopelit parantavat tiimityö- sekä yhteistyötaitoja. Jopa 89 prosenttia uskoo, että pelit tuovat yhteen erilaisia ihmisiä eri kulttuureista, roduista, ikäluokista sekä poliittisista sidoksista. (Entertainment Software Association, 2021.)

Tutkimuksessa (Entertainment Software Association, 2021) myös ilmeni, että jopa 77 prosenttia amerikkalaisista pelaajista pelaa mieluiten muiden kanssa, joko verkossa tai samassa fyysisessä tilassa. Prosentuaalisesti yksin pelaavien määrä on pienempi, ja sosiaalista kanssakäymistä pidetään pelaamisen yhteydessä merkittävänä ominaisuutena. Pelaajista 78 prosenttia kokee saavansa pelien myötä uusia ihmissuhteita, ja 53 prosenttia sanoo, että videopelit ovat auttaneet ylläpitämään yhteyksiä ystäviin ja/tai perheeseen.

Myös vuonna 2008 tehdyn amerikkalaisen tutkimuksen (Lenhart ja muut, 2008) mukaan valtaosa maan teini-ikäisistä kokee, että videopelien pelaaminen on tärkeä osa heidän yleistä sosiaalista elämäänsä. Pelaaminen on valtaosin sosiaalista kanssakäymistä, ja pelejä pelataankin pääasiassa muiden kanssa verkossa tai samassa fyysisessä tilassa, mutta myös yksin ollessa. Tähän tutkimukseen (Lenhart ja muut, 2008) osallistuneista nuorista kuitenkin vain 24 prosenttia pelaa videopelejä vain omillaan, ilman minkäänlaista sosiaalista kanssakäymistä.

Joulukuussa vuonna 2019 alkanut COVID-19 pandemia on ympäri maailman aiheuttanut haasteita sosiaalisesti, taloudellisesti sekä ennen kaikkea terveydellisesti (Wellcome, 2021). Entertainment Software Association (2021) uusimmassa tutkimuksessa amerikkalaiset pelaajat kokevat, että pandemian tuomien vaikeuksien aikana videopelit ovat auttaneet stressin lieventämisessä (55 %) ja erilaisten häiriötekijöiden sivuuttamisessa (48 %). Myös nuorten pelaajien vanhemmista 66 prosenttia kokee, että videopelit ovat auttaneet lapsia omaksumaan etäopiskeluun siirtymisen nopeammin. Tutkimukseen osallistuneista vanhemmista 59 prosenttia kertoo lastensa pelanneen pandemian aikana opettavaisia pelejä, ja näistä 63 prosenttia kokee pelien olleen erityisen tehokkaita oppimisen kannalta. (Entertainment Software Association, 2021.)

### 2.1 Videopelien hyväksyntä ja omaksuminen

Suuret ikäerot voivat aiheuttaa syviä kuiluja näkemyksissä ja asenteissa, ja myös videopelit jakavat paljon ihmisten mielipiteitä (Ferguson, Nielsen ja Maguire, 2017). On

ymmärrettävää, että iäkkäämmille ihmisille voi olla korkeampi kynnyksensä omaksua videopelien kaltaiset viihdykkeet, sillä nämä eivät ole kaikkien nuoruudessa olleet läsnä. Ei ole lainkaan epätavallista, että uusiin asioihin suhtaudutaan pienellä varauksella, mutta jos halu ymmärtää ja oppia puuttuu, voi tilanne olla tavallista haasteellisempi. Teknologian hyväksymismalli (Surendran, 2012) ennustaa ihmisten asenteita uutta teknologiaa sekä sen käyttöä kohtaan. Se sisältää kaksi päätekijää, joilla on vaikutus yksilön aikomukseen käyttää uutta tekniikkaa: todettu helppokäyttöisyys ja hyödyllisyys. Schaie ja Willis (2016) kokevat, että sellainen iäkäs aikuinen, joka kokee digitaalisten videopelien käytön opetteluun vaivattomaksi ja kokee pelien tarjoavan henkistä stimulaatiota, todennäköisemmin myös haluaa oppia niiden käytön.

Fergusonin, Nielsenin ja Maguiren (2017) tutkimus kertoo, että vanhemmille ihmisille on ominaisempaa tukea videopeleihin kohdistuvia negatiivisia uskomuksia. Tulokset osoittivat, että vanhemmat aikuiset olivat videopeleistä enemmän huolissaan abstraktina käsitteenä, mutta kun heidät tutustutettiin jopa väkivaltaisiksi luokitelluille videopeleille, ilmaisivat nämä henkilöt vähemmän huolta juuri kyseisten pelien kohdalla. Nämä tulokset tukevat hypoteesia, jonka mukaan videopelejä kohtaan koetut negatiiviset asenteet eivät koske kuitenkaan yksittäisiä pelejä (Ferguson ja muut, 2017). Ikääntyneet aikuiset eivät myöskään tuominneet videopelejä yhdenmukaisesti, vaan mielipiteet videopelien haitallisuudesta erosivat osallistujien välillä. Tutkimus myös osoitti, että vanhempien aikuisten huoli videopelien suhteen ei niinkään liittynyt niiden väkivaltaisuuteen, vaan niiden aiheuttamiin riippuvuuksiin. (Ferguson ja muut, 2017.)

Teknologian kehittyessä ja videopelien jatkuvan kehityksen ja lisääntymisen myötä muuttuvat myös ihmisten asenteet pelejä kohtaan. Vuonna 2021 Entertainment Software Association (2021) tekemässä tutkimuksessa on otettu mukaan myös amerikkalaisten pelaavien lasten ja nuorten vanhempien näkemyksiä. Heistä 80 prosenttia kokee, että videopelit voivat olla myös opettavaisia. Vastanneista 75 prosenttia uskoo kognitiivisten taitojen kehittymiseen, 68 prosenttia uskoo luovuuden kehittyvän, ja 53 prosenttia kokee lastensa oppivan kuinka suhtautua voittamiseen ja häviämiseen, antaen tervettä kilpailuhenkeä. (Entertainment Software Association, 2021.)

## 2.2 Videopelit väkivaltaisten tekojen verukkeena

Stetsonin yliopiston psykologian laitoksen puheenjohtaja, Christopher Ferguson (Ferguson, 2013) on todennut, ettei videopeleillä ja väkivaltaisilla rikoksilla ole minkäänlaisia kytköksiä toisiinsa. Myös muut asiantuntijat ovat ilmaisseet kantansa samaan suuntaan. Karlinskyn (2012) mukaan ei ole uutta, että sukupolvet syyttävät väkivaltaisista teoista uusinta mediaa. Tämä on hänen mukaansa siis niin sanotusti osa ihmisluontoa, sillä sama kaava toistuu aina ajan kuluessa. Fergusonin ja Kimburnin (2009) mukaan ei voida mitenkään täysin todistaa, että väkivaltainen käytös ja videopelit olisivat suoranaisesti kytköksissä toisiinsa.

Vuonna 1992 markkinoille ilmestyi ensimmäinen videopeli, jossa pelaaja näkee ja toimii ensimmäisen persoonan (First Person Shooter, FPS) näkökulmasta. Kaikki tätä aiemmin julkaistut FPS-peleiksi luokitellut videopelit olivat mitä tahansa pelejä, joissa ampuminen oli yksi mahdollisista toiminnoista. Tällaisissa peleissä pelaaja näki pelimaailman kolmannen persoonan näkökulmasta. Koska videopelien sisältö saattaa olla hyvin graafista, ei ole kovinkaan tavanomaista, että oikeassa elämässä tapahtuvista hirvittävästä teoista, kuten henkirikoksista tai julkisilla paikoilla tapahtuvista ammuskelukohtauksista, saatetaan syyttää videopelejä. Ensimmäinen videopeli, joka joutui yleisön ja median syyttävien sormien kohteeksi väkivallan yllyttämisestä, oli DOOM-niminen FPS-

videopeli (Clayborn & Garrison, 2015). Peliä syytettiin Yhdysvalloissa sijaitsevan Columbine High Schoolin vuonna 1999 tapahtuneesta joukkomurhasta. Myös vuonna 2012 tapahtunut Sandy Hook Elementary Schoolin verilöyly sekä vuonna 2013 tapahtunut Washington US Navy Yardin joukkomurhaa pidettiin aikanaan traagisina seurauksina videopelien pelaamisesta (Clayborn & Garrison, 2015).

Tieteellinen lehti *Psychology of Popular Media Culture* julkaisi vuonna 2019 tutkimuksen (Markey, Ivory, Slotter, & Oliver, 2019), jossa tulokset viittasivat siihen, että kouluampujan uskotut motiivit muuttuvat erityisesti eri rotujen kohdalla. Tutkimuksessa kehitettiin fiktiivinen tarina teini-ikäisestä kouluampujasta, joka pelasi aktiivisesti videopelejä ja oli pidätettynä ampumavälikohtauksen takia. Tarinoihin sisällytettiin myös pidätyskuvat, joista oli kaksi eri versiota. Toisessa kuvassa tekijä oli vaaleaihoinen, ja toisessa taas tummaihoisen. Tutkimukseen osallistuneiden yksilöiden näkemykset videopelien osallisuudesta tekoihin vaihtelivat sen mukaan, kumman kuvan he näkivät. Vaaleaihoisen ”kouluampujan” kohdalla uskottiin, että videopelit olivat teon takana, mutta tummaihoisen kohdalla uskottiin syyn johtuvan muista tekijöistä. Selvisi myös, että jos tarinaa arvioinut henkilö ei itse pelannut videopelejä, pidettiin pelejä todennäköisemmin ammunnan syynä. (Markey ja muut, 2019.)

Samaissa tutkimuksissa (Markey ja muut, 2019) tarkasteltiin 200 000 uutisartikkelia, jotka käsittelivät 204 joukkoammuntatapausta, jotka tapahtuivat vuosien 1978 ja 2018 välillä. Joukkoammunnoiksi laskettiin sellaiset tapaukset, joissa uhreja oli vähintään kolme henkilöä ampujaa lukuun ottamatta, eikä rikokseen liittyneet jengit, huumeet tai järjestäytynyt rikollisuus. Analysointi osoitti, että kun koulussa tapahtuneen joukkoammunnan tekijä oli valkoihoisen, oli videopelit mainittu artikkeleissa 8,5 kertaa useammin kuin niissä tapauksissa, joissa tekijä oli tummaihoisen. (Markey ja muut, 2019.) Kyseisen tutkimuksen tulokset osoittavat, että median ja poliittisten johtajien silmissä videopelit ovat ampumavälikohtausten syiden takana, mikäli tekijä ei vastaa heidän mielikuvaansa henkilöstä, joka olisi muutoin väkivaltainen.

## 2.3 Pelaajatko epäsosiaalisia?

Pop-kulttuuristakin ilmenee tuttu ennakko-oletus, jonka mukaan pelaajat omaavat hyvin pelkistetyin sosiaalisen elämän ja kokevat sosiaalisen kanssakäymisen vastenmieliseksi. Vuonna 2014 Taylor, Jenson, De Castell, ja Dilouya (2014) toteuttivat tutkimuksen, jossa haastateltiin videopelejä harrastavia henkilöitä. Haastattelut toteutettiin Kanadassa ja Iso-Britanniassa järjestetyissä pelitapahtumissa, ja haastatteluihin osallistui yhteensä noin 400 peliharrastajaa. Tutkimuksen toteuttavat tutkijat olivat Pohjois-Carolinan osavaltion yliopistosta, New Yorkin yliopistosta, sekä Ontarion yliopiston teknillisestä instituutista.

Tutkimuksen (Taylor ja muut, 2014) tarkoituksena oli seurata pelaajien käyttäytymiseen liittyviä tekijöitä, kuten pelaajien välillä tapahtuvaa pelin sisäistä sekä ulkopuolista kommunikointia. Tulokset osoittivat, että pelitapahtumissa varsinainen pelaaminen on vain yksi osa koko sosiaalista aspektia. Pelaamisen lisäksi peliharrastajat eivät ainoastaan pelanneet, vaan suorittivat monia muita sosiaalisia toimia jopa saman aikaisesti, kuten keskustelivat verkon välityksellä sekä seurasivat muiden pelaamista. Varsinainen pelaaminen ei vaikuttanut lainkaan negatiivisesti pelaajien väliseen sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Päinvastoin se täydensi sitä huolimatta siitä, mitä peliä henkilöt pelasivat. Pelaajat sanoivat kokevansa saman sosialisoitumisen tunteen pelatessaan muiden kanssa, mutta myös niissä tapauksissa, kun nämä seurasivat sivusta toisten henkilöiden pelaamista. (Taylor ja muut, 2014.)

Myös Kowert, Festl ja Quandt (2014) tekivät vuonna 2011 tutkimuksen, jonka ideana oli selvittää pätevätkö peliharrastajien sosiaalisia taitoja leimaavat stereotypiat oikeassa elämässä. Tutkimukseen osallistui noin 5 000 saksalaista videopelejä pelaavaa henkilöä, joista nuorimmat olivat 14 vuoden ikäisiä. Osallistujat ottivat osaa puhelinhaastatteluihin, joista valittiin seuraavaan vaiheeseen pääsevät henkilöt. Ne osallistujat, jotka ensimmäisessä haastattelussa vastasivat kaikkiin kiinnostavia muuttujia koskeviin kysymyksiin, otettiin mukaan varsinaiseen analyysiin. Heitä oli yhteensä 2 551 henkilöä, joista 2 051 identifioitiin aktiivisiksi pelaajiksi (osallistujat, jotka pelaavat päivittäin yli minuutin ajan), 896 online-pelaajiksi (osallistujat, jotka sanoivat pelaavansa videopelejä verkossa useammin kuin ”ei koskaan”), ja 1 155 olivat offline-pelaajia (osallistujat, jotka pelaavat videopelejä aktiivisesti, mutta eivät koskaan verkossa muiden kanssa). Loput 500 henkilöä eivät pelanneet videopelejä lainkaan.

Tutkimuksen (Kowert ja muut, 2014) tulosten mukaan pelaajien välillä huomattavin eroavaisuus oli ikä. Verkossa pelaavat henkilöt olivat keski-ikänsä nuorempia kuin offline-pelaajat, eli henkilöt, jotka eivät pelaa muiden kanssa verkon välityksellä. Tulosten pohjalta verkkopelaajien keski-ikä oli noin 30 vuotta. Tutkimuksessa mitattiin pelaajiin liitettäviä stereotyyppisiä piirteitä eri keinoin, ja vastausten pohjalta stereotypiat eivät pitäneet paikkaansa. Osallistujat, jotka eivät pelanneet videopelejä lainkaan, eivät eronneet merkittävästi verkossa pelaavista osallistujista. Eroavaisuuksia kuitenkin löydettiin, mutta ne eivät vahvistaneet tutkimuskysymyksen otaksumaa lainkaan. Online-pelaajat raportoivat enemmän ongelmallisesta pelikäyttäytymisestä, sekä kokivat sosialisoitumisen korkeammaksi motivaatioksi pelien pelaamiseen kuin offline-pelaajat.

## 2.4 Videopelit yleistyvät vuosi vuodelta

Nykypäivänä teknologia on hyvin merkittävä ja välttämätön osa yhteiskuntaamme jokapäiväistä elämää. Modernien teknillisten laitteiden osallisuudesta elämässämme on tullut niin arkista, että eläminen ilman sitä voisi olla hyvin haasteellista. Teknologian kehitys on tarjonnut ihmiskunnalle elintärkeitä mahdollisuuksia, mutta se on myös tuonut uusia mahdollisuuksia viihteelliseen ajanviettoon. Videopelit ovat muun teknologian mukana kehittyneet valtavasti viimeisten vuosikymmenten aikana, ja edelleen jatkavat kehittymistä huimaa vauhtia.

Ensimmäisten kaupallisten videopelien joukossa oli muun muassa Atarin vuonna 1975 kehittämä ja Yhdysvaltojen markkinoille tuotu Pong-automaatti, joka alun perin oli baareissa ja tavernoissa esiintyvä maksullinen arcade-peli (Kuo ja muut, 2017). Myöhemmässä vaiheessa Pongin myynti laajentui myös kotitalouksiin, ja pian tämän jälkeen myös esimerkiksi Nintendo toi markkinoille ensimmäiset pelikonsolinsa, jotka mullistivat tietokoneviihteen kulutuksen täysin (Kuo ja muut, 2017). Nykyään sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen on huomattavasti vaivattomampaa kuin aikaisemmin. Läheisiin sekä tuntemattomiin ihmisiin on mahdollista pitää yhteyttä esimerkiksi tietokoneiden ja muiden älylaitteiden välityksellä lähes milloin tahansa sekä täysin riippumatta maantieteellisestä sijainnista. Valtaosalle nykynuorisosta tämä lienee itsestäänselvyys, sillä vapaa-aika pyörii hyvin paljon viihteellisen teknologian ympärillä. Twenge, Martin ja Spitzberg (2019) toteuttivat vuonna 2019 tutkimuksen, jonka mukaan teini-ikäiset kuluttavat päivittäin noin kaksi tuntia tekstiviestien lähettämiseen, kaksi tuntia sosiaalisen median selaamiseen, ja kaksi tuntia internetissä surffailuun. Kaiken kaikkiaan verkossa vietettyä aikaa siis kertyy jopa kuusi tuntia päivässä.

Vaikka ensimmäiset kaupalliset videopelit tulivat markkinoille vasta 1970-luvulla, ensimmäinen videopeli kehitettiin jo vuonna 1958 (Anderson, 1983). William A.



Higinbotham kehitti urheiluvideopelin Tennis for Two, jonka tarkoituksena oli ensisijaisesti viihdyttää Brookhaven National Laboratoryn vierailijoita (Anderson, 1983). Pelejä useimmiten pelataan niiden tarjoaman viihteellisen arvon vuoksi, mutta niillä voi olla pelaajalle myös monia muita hyötyjä (Harviainen, Meriläinen, Tossavainen, 2013). Videopelejä on lanseerattu ja kehitetty moneen eri käyttötarkoitukseen. Historiallisten opetuspelien käytettävyyttä arvioiva tutkimus (Yue & Zin, 2009) on osoittanut, että pelien sisällyttäminen opetukseen on tehokas tapa edistää oppimista ja tarjota oppilaille sitoumusta oppimiskokemuksiin, jolloin tietyt oppimistavoitteet ja tulokset saavutetaan (Yue & Zin, 2009). Modernien videopelien kehityksessä pyritään usein sellaiseen lopputulemaan, jossa raja todellisuuden ja virtuaalisen maailman välillä on hämärä. Tavoitteena on, että pelikokemus olisi pelaajalle entistä henkilökohtaisempi, merkityksellisempi ja tietyllä tavalla myös ristiriitaisia tunteita aiheuttava, jolloin pelikokemuksesta tulee syvempiulotteinen (Kuo ja muut, 2017).

Electronic Software Associationin (2021) tekemä tutkimus osoittaa, että peliharrastajista 29 prosenttia pelaa viikoittain 1–3 tuntia, 77 prosenttia pelaa enemmän kuin kolme tuntia viikossa, ja 51 prosenttia pelaa yli seitsemän tuntia viikoittain. Tutkimuksessa myös ilmenee, että amerikkalaisten pelaajien määrä lisääntyy jatkuvasti, ja myös pelaamiseen käytettävät tunnit kasvavat. Amerikkalaisista kotitalouksista jopa 74 prosenttiin kuuluu edes yksi henkilö, joka pelaa videopelejä. Vastaajista 77 prosenttia pelaa pelejä muiden kanssa vähintään kerran viikossa, johon aikaa kuluu verkossa keskimäärin noin 7,5 tuntia viikossa, ja samassa tilassa pelaamiseen kuluu 4,5 tuntia viikoittain. Vuoden 2020 tutkimuksessa muiden kanssa pelaamista harrastivat vastaajista 65 prosenttia, verkossa pelaamiseen kului viikoittain 6,6 tuntia, ja samassa tilassa pelaamiseen 4,3 tuntia. Myös tutkimukseen vastanneista lasten ja nuorten vanhemmista jopa 74 prosenttia pelaa vähintään viikoittain jälkikasvunsa kanssa, kun taas vuonna 2020 tätä teki vain 55 prosenttia vastanneista (Electronic Software Association, 2021).

### 3. Peliriippuvuus

Teknologisen kehityksen myötä on muuttunut myös se, mihin ajankäyttö kohdistetaan ja kuinka pitkiksi ajoiksi. Videopelit voivat viedä kaiken ajantajun, jolloin eristäytyminen muista ihmisistä ja harrastuksista saattaa tapahtua henkilöltä itseltään täysin huomaamatta (Wittek ja muut, 2015). Peliriippuvuus eli pelaamishäiriö kuuluu Maailman terveysjärjestön eli WHO:n (World Health Organization) ICD-11-diagnostiseen tautiluokitukseen, ja sille ominaisia piirteitä ovat heikentynyt pelaamisen hallinta, pelaamiseen käytetyn ajankäytön huomattava lisääntyminen siten, että muut päivittäiset toimet jäävät täysin taka-alalle, sekä pelaamisen jatkaminen kielteisistä seurauksista huolimatta (World Health Organization, 2018). Pelkkä runsas pelaamisen määrä ei kuitenkaan automaattisesti viittaa pelaamishäiriöön, sillä kyseessä voi myös olla intohimoinen harrastus (Kuuluvainen & Mustonen, 2019). Jotta voidaan todeta, että kyseessä on pelaamishäiriö ja voidaan antaa diagnoosi, on käyttäytymismallin oltava tarpeeksi vakavasti otettava. Tässä tapauksessa henkilön elämässä on oltava vähintään 12 kuukauden ajan selkeää heikentymistä eri toiminta-alueilla, kuten esimerkiksi ihmissuhteissa, opinnoissa, tai muissa henkilökohtaisissa asioissa (World Health Organization, 2018).

#### 3.1 Harvinainen, mutta vakava ongelma

Peliriippuvuus ei ole pelaajien keskuudessa yleinen ongelma, ja suurin osa pelaajista kykenee hallitsemaan pelikäyttäytymistään (Wittek ja muut, 2015). Wittek ja muut (2015) valikoivat satunnaisesti Norjan kansallisesta väestörekisteristä 3389 henkilöä, joiden harrastuksiin kuului videopelien pelaaminen. Heistä 1,4 prosenttia olivat riippuvaisia pelaajia, 7,3 prosenttia ongelmapelaajia, 3,9 prosenttia pelaamiseen sitoutuneita pelaajia, ja jopa 87,4 prosenttia tavallisia pelaajia. Pelaamiseen liittyviä ongelmia ilmeni erityisen paljon nuorten miespuolisten henkilöiden kohdalla. Ongelmia esiintyi myös paljon sellaisilla pelaajilla, jotka ovat syntyneet Afrikassa, Aasiassa, sekä Etelä- ja Keski-Amerikassa. Videopeliriippuvuuden yhteyteen on raportoitu useita negatiivisia, psykologisia terveysvaikutuksia, kuten masennusta, itsetuhoisia ajatuksia sekä ahdistusta (Wittek ja muut, 2015).

Liiallinen pelaaminen on myös joissakin tapauksissa johtanut kuolemaan. Vuonna 2004 eteläkorealainen 24-vuotias mies kuoli kesken pelaamisen, jota oli jatkunut neljä päivää lähestulkoon yhtäjaksoisesti, ilman kunnon lepäämistä (Saunders ja muut, 2017). Kuolinsyyksi pystyttiin toteamaan keuhkoembolia eli keuhkoveritulppa, jossa molemmat keuhkovaltimot olivat täysin tukkeutuneet. Tukoksia löydettiin myös molemmista alaraajojen syvistä laskimoista. Koska kyseessä oli nuori henkilö eikä aiemmin todettuja sairauksia ollut, uskoi oikeuslääkäri pitkäaikaisen istumisen tietokoneen ääressä olleen suora kuolinsyy. Samankaltainen pelien ääressä istumisesta johtunut kuolemantapaus on tapahtunut myös 12-vuotiaalle pojalle Iso-Britanniassa (Saunders ja muut, 2017). Koreassa lähinnä pelaamisesta johtuva internet-riippuvuus on todettu suurimmaksi terveysongelmaksi nuorten keskuudessa. Vuonna 2009 arvioitiin, että Korean tasavallan sosioekonomiset menetykset liiallisen internetin käytön seurauksena olivat arviolta 1,5–4,5 miljardia dollaria (Saunders ja muut, 2017).

### 3.2 Riippuvuuden kitkeminen

Wang ja muut (2019) toteavat, että peliriippuvuuteen johtavat tekijät eivät ole selkeästi tiedossa. Useimmat tutkimukset osoittavat, että tähän ei ole yhtä yksiselitteistä vastausta. Syy voi olla esimerkiksi pelin sisään rakennetussa palkitsemisjärjestelmässä. (Wang ja muut, 2019.) Tällaisia esiintyy erityisesti verkossa pelattavissa monen yhtäaikaisten pelaajan roolipeleissä, joissa on pelin sisään rakennettu sykli. Näissä sykleissä pelaajalle annetaan vihje, jonka mukaan pelaaja suorittaa tietyn toiminnon. Toiminnon suoritettuaan pelaaja palkitaan, jolloin pelaaja houkuttelee suorittamaan seuraavan syklin sisältämiä toimintoja. Palkintojen saaminen välittää aivoihin mielihyvähormonia eli dopamiinia, ja jatkuvan kierteen seurauksena voi pelin lopettaminen olla hankalaa ja riippuvuuden syntyminen olla mahdollista. Pelaamishäiriöllä on monia samankaltaisia piirteitä uhkapeliriippuvuuden ja psykoaktiivisten aineiden aiheuttamien riippuvuuksien kanssa, ja toiminnallinen neurokuvaus on osoittanut, että myös aivoissa samanlaiset alueet aktivoituvat näiden riippuvuuksien aikana (Saunders ja muut, 2017).

Vaikka pelaamishäiriöllä voi olla vakavia seurauksia pelaajan päivittäiseen elämään ja sosiaaliseen toimintaan, ja asiantuntevan avun saaminen olisi pelaamishäiriön omaaville tärkeää, ei siitä huolimatta vielä ole vakiintuneita hoitotoimenpiteitä (Wang ja muut, 2019). Tällä hetkellä tarjottavan avun toimenpiteet perustuvat mielenterveydellisten häiriöiden, kuten pähteiden ongelmallisen käytön, hoitokokemukseen. Yleisimmin käytetty menetelmä pelihäiriöiden hoitamiseen on tällä hetkellä psykologinen hoito, kuten yksilö- ja ryhmäterapia (Wang ja muut, 2019). Vakiintuneiden hoitokeinojen puutteen takia peliriippuvuuden ennaltaehkäiseminen on tärkeää. Riippuvuutta voidaan ehkäistä esimerkiksi pitämällä pelaamiseen käytetyn ajan vähäisenä, jonka vastuu on nuorten ja lasten kohdalla näiden vanhemmilla. Jotkin peliyhtiöt ovat myös sisällyttäneet peleihin viestejä, jotka varoittavat liiallisesta pelaamisesta. Kolmantena ennaltaehkäisykeinona Wang ja muut (2019) mainitsevat mahdollisten toimenpiteiden käytäntöönpanon. Koska monet pelioperaattorit kykenevät tarkastelemaan dataa pelaajien käyttämästä ajasta pelien parissa, operaattorit voisivat esimerkiksi ottaa sellaisiin pelaajiin yhteyttä, joiden pelaika ylittää keskimäärän, ja tarjota heille yhteystietoja mahdollisen avun saamiseksi.

### 3.3 E-urheilun osallisuus peliriippuvuuden maantieteellisiin sijanteihin

E-urheilu eli elektroninen urheilu (esports) on kilpaurheilua, jossa hyödynnetään tietotekniikkaa. Lajia voidaan harrastaa niin joukkue- kuin yksilömuodossa, riippuen pelattavasta pelistä ja pelimuodosta (SEUL, 2019). Etelä-Koreaa pidetään yleisesti maana, josta e-urheilu on ilmiönä saanut alkunsa. Etelä-Koreassa e-urheilua on lähetetty julkisessa televisiossa jo 20 vuoden ajan ja maassa on ammattipelaajille hallituksen tukemia oppilaitoksia, jotka varmistavat, että myös tulevaisuudessa maasta löytyy e-urheilun tähtipelaajia (Esports.net, 2021).

Esports.net sivuston mukaan parhaimmat e-urheilun pelaajat tulevat Etelä-Koreasta, ja listalla toisena on Kiina. Kiinalla on oma urheilukaupunkinsa, Hangzhou, jonka tarkoituksena on kehittää seuraavan sukupolven kilpailuhenkistä pelitaitoa. Maassa on suurin e-urheilu- ja peliteollisuus, ja lähes puolet väestöstä, eli noin 600 miljoonaa ihmistä, pelaa pelejä puhelimilla, tietokoneilla tai konsolilla. (Esports.net, 2021.)

Koska peliriippuvuuden yleisyys on hyvin korkea esimerkiksi Aasiassa (Witteck ja muut, 2015), voisiko tällä olla vaikutusta e-urheilun kanssa? Suomessa toimiva elektronisen

urheilun liitto (SEUL ry), on suomalaisen kilpaurheilun keskusjärjestö, ja sen tehtävänä on tuoda esille ja kehittää e-urheilua. E-urheilu on noussut kovaan suosioon, sillä esimerkiksi SEUL:n sivustolta löytyy listattuna 65 opinnäytetyötä, jotka on toteutettu yhteistyössä heidän kanssansa jo vuodesta 2013 lähtien. (SEUL, 2019) Nämä opinnäytetyöt eivät kuitenkaan sisällä tarkastelua e-urheilusta peliriippuvuuden näkökulmasta.

## 4. Syrjäytyminen

Syrjäytymistä ilmenee Suomessa lukuisin määrin, erityisesti nuorten miesten keskuudessa. Veirton (2020) mukaan Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL) on arvioinut, että Suomessa syrjäytyneitä nuoria on jopa noin 61 000, joista huomattava enemmistö on miehiä. Useissa tapauksissa syrjäytyneiksi kutsutaan sellaisia henkilöitä, jotka omaavat vähäisen koulutuksen tason, ovat työttömiä sekä ylivelkaantuneita (Veirto, 2020). Liisa Björklundin, syrjäytymisen ehkäisyyn keskittyvän Me-säätiön kehittämisspäällikön mukaan, syrjäytynyt on sellainen ihminen, joka ei ole normaaliksi luokiteltujen yhteiskunnan toimintamallien sisäpuolella, ja joka kokee osattomuutta (Sevänen, 2019). Veirton mukaan (2020) mielenterveysongelmien ja syrjäytymisen välillä on viime vuosina huomattu olevan kytköksiä toisiinsa.

Ristikari ja muut (1997) kertovat, että yhä useammissa tapauksissa alle 30-vuotiaat joutuvat työkyvyttömyyseläkkeelle ahdistuneisuuden ja mielenterveyssyiden myötä. Samankaltaisia syy-seuraussuhteita ei ole huomattu perheiden huono-osaisuuden osalta. Tutkimukset osoittavat, että ylivelkaantuneisuus ja maksuhäiriöt ovat Suomessa erityisesti ongelmana sellaisten nuorten miesten kohdalla, joiden koulutuksen määrä on vähäinen (Ristikari ja muut, 1997). Ihmissuhteet, arjen rakenteet, rytmit ja tavoitteet ovat ihmiselle tärkeitä, ja nämä usein ovat jossain määrin puutteellisia henkilöillä, jotka ovat syrjäytyneitä (Sevänen, 2019). Arjen ennakoitavuus ja toistuvuus ovat avainasemassa syrjäytymisen ehkäisyssä.

### 4.1 Syrjäytyneiden asema yhteiskunnassa

Syrjäytymisen ydin sisältää arjen tyhjyyden, turvattomuuden ja tekemättömyyden (Sevänen, 2019). Tekemättömyys voi ulkopuolisten tahojen silmään näyttää tarkoituksenmukaiselta passiivisuudelta, ja tästä koituva ongelma voi olla, että yhteiskunta ei tämän lisäksi näe muuta syrjäytyneissä nuorissa. Helsingin yliopiston apulaisprofessori, Kristiina Brunila on *Nuorten tukijärjestelmät haavoittuvuuden eetoksessa* -tutkimuksessaan tarkastellut syrjäytyneisyyttä ja siihen vaikuttavia tekijöitä, sekä sosiaali- ja terveyspalveluiden käyttöä ja ajoittumista (Brunila ja muut, 2019).

Tuloksissa ilmeni olennaisia ongelmia liittyen yhteiskunnan tarjoamiin tukijärjestelmiin. Koulutus- ja sosiaalipolitiikan vaatimukset eivät realistisesti vastaa yhteiskunnan tarjoamaa toimintaa, mutta tästä huolimatta nuoria tietyin tavoin vähätellään (Brunila ja muut, 2019). Nuoria pidetään kykenemättöminä, passiivisina sekä sivistymättöminä. Yhtenä ongelmana ilmeni myös se, että syyt poliittiseen passiivisuuteen uskotaan syntyvän yksilötasolta. Tämän ongelman ratkaisuksi ehdotetaan, että koulujen tarjoaman opetuksen tulisi kiinnittää huomionsa tietyn suuntaiseen opetukseen. Brunilan ja muiden (2019) mielestä tulisi kuitenkin tehdä esimerkiksi selväksi se, että yhteiskuntajärjestys, jossa eri ihmiset kokevat eriarvoisuutta, ei ole välttämätön asetelma tai ajattelutapa. Syrjäytyneiden nuorten kohdalla tämä ei kuitenkaan ole itsestäänselvyys, ja asian tulisi olla vahvasti ymmärryksessä jo pienestä pitäen.

Tutkimuksessa keskityttiin tarkastelemaan kaikkia Suomessa vuonna 1987 syntyneitä henkilöitä, sekä analysoitiin 25–28-vuotiaiden koulutustaustoja ja työllistymisasteita. Tämän lisäksi näitä ikäluokkia edeltäviä ongelmia sekä palveluiden käyttöä selvitettiin. Tulokset paljastivat, että 25–28-vuotiaiden ikäluokasta 3,7 prosenttia voitiin luokitella syrjäytyneiden ryhmään, ja heistä jopa kaksi kolmasosaa oli miehiä. Merkityksellinen havainto oli se, että kouluttamattomuus oli pitkäaikaista työttömyyttä vahvemmin

kytköksissä muihin syrjäytyneiden ihmisten ongelmiin. THL:n mukaan syrjäytyneen henkilön elämäntilanteeseen voivat vaikuttaa terveydelliset, sosiaaliset, kulttuuriset sekä taloudelliset tekijät (THL, 2021). Nuorten aikuisten syrjäytymistä käsittelevän tutkimuksen (Paananen, Surakka, Kainulainen, Ristikari, & Gissler 2019) mukaan on hyvin tavallista, että syrjäytyneiden nuoruudessa on ollut mukana lastensuojelu.

Syrjäytyneillä henkilöillä ilmeni erilaisia ongelmia ja vastoinkäymisiä, kuten mielenterveysongelmia sekä päihteiden käyttöä jo lapsuus- ja nuoruusajoina. Näiden lisäksi rikollisuus oli osana jopa toisen elämää. Nuorten miesten kohdalla psykiatristen palveluiden käyttö jäi hyvin vähäiseksi, mikä saattaisi olla merkittävä tekijä syrjäytymiselle ja ongelmien syntymiselle (Paananen ja muut, 2019). Edelleen tänäkin päivänä mielenterveysongelmat ovat sinnikäs, sosiaalinen tabu, myös muualla kuin Suomessa. On kuitenkin ymmärretty, että mielenterveydellä on suuri yhteys kansanterveyden välillä. Stigma eli häpeäleima on ei-toivottua sosiaalista leimautumista, joka saa tuntemaan muun muassa häpeää ja itsearvostuksen vähenemistä (Mielenterveystalo.fi). Mielenterveysongelmien stigmaa on pyritty poistamaan eri tavoin, kannustaen ihmisiä samanaikaisesti etsimään ja löytämään sopivaa apua (USC, 2020). Brucknerin ja muiden (2019) mukaan esimerkiksi Yhdysvalloissa mielenterveyspalveluiden käyttö on viimeisen vuosikymmenen aikana yleistynyt jopa 70 prosenttia yhteisön terveyskeskuksissa.

## 4.2 PEILI-hanke kartoittaa eri osapuolten näkemyksiä

PEILI-hanke on Metropolia Ammattikorkeakoulun perustama hanke, jonka pyrkimyksenä oli antaa tukea sellaisten nuorten miesten elämänhallintaan, jotka olivat mahdollisessa vaarassa joutua syrjäytymisuhan alle. Hankkeeseen valittu kohderyhmä koostui 16–29-vuotiaista miehistä, ja heidän omia vahvuuksiaan sekä uusia suuntia elämälle pyrittiin löytämään käyttäen apuna tekoälyä (Valkama, 2019). Hanketta varten osallistuneista henkilöistä oli koottu kehitysasiantuntijoiden pilottiryhmiä, joissa nuoret pohdiskelivat yhdessä syrjäytymiseen johtaneita tekijöitä sekä suorittivat useamman viikon ajan erilaisia toiminnallisia menetelmiä. Hankkeessa oli nelivaiheinen toimintamalli, jonka vaiheita olivat passiivisuuden purkaminen, muutoksenhalun herääminen, osaamisen lisääminen sekä muutoksen tukeminen (Metropolia, 2020).

Hankkeeseen kuului PEILI-toimintamallin, PEILI-kehittämismalli sekä tekoälyä hyödyntävä digitaalinen PEILI-sovellus (Valkama, 2019). Valkaman (2019) mukaan tavoitteena oli aikaansaada sellainen sovellus, joka tarjoaisi nuorten miesten elämään itseohjautuvuutta esimerkiksi töiden, opiskelun sekä sosiaalisten suhteiden muodostamisen suhteen. Hankkeeseen osaa ottaneilta miehiltä kysyttiin muun muassa, mitkä tekijät voisivat heidän mielestään edistää muutoksen aikaansaamiseksi passiivisten nuorten elämissä. Tämän jälkeen tuloksia verrattiin aineistoon, jonka moniammatillinen tiimi oli yhdessä kehittänyt. Näin saatiin selville ryhmien väliset näkemyserot, ja kyseisellä metodilla saatiin tärkeitä tuloksia myös jatkokehitystä varten.

Aineistot osoittivat, että nuorten antamissa vastauksissa oli keskeisessä roolissa oma toiminnallisuus sekä toimintakyky. Vastaukset olivat myös selkeästi konkreettisemmassa muodossa kuin ammattilaisten antamissa tuloksissa. Nuorten vastauksiin sisältyi enemmän toiminnallisia, edesauttavia ominaisuuksia, joiden parantaminen olisi pääasiassa omassa vastuussa, eikä muiden tarjoamaa apua juurikaan huomioitu. Nuoret kokivat, että sisimmistään kumpuava aito ja vahva tahto muuttaa elämäntyyliä ilmenisi vasta silloin, kun on ensin kokenut erittäin vahvaa epäonnen tunnetta. Tämä tunne nostaisi motivaation muutokselle niin korkealle, että askelten ottaminen kohti parempaa elämää

olisi helpompaa. Vastaukset myös antoivat vaikutelman, että yhteiskunnan tarjoamaa auttavaa kättä ei hyvinvoinnin parantamisen kannalta ymmärretty, ja se nähtiin jopa negatiivisena asiana. Sen sijaan ammattilaisten kehittämässä aineistossa uskottiin, että yhteiskunnan osallisuus on merkittävä osa kehitystä parempaan päin. Heidän tuloksissaan korostuivat myös erityisesti tunteiden merkitys sekä niitä herättävät toiminnot. Tämän lisäksi vuorovaikutuksellisuus ja ulospäin suuntautuneet toiminnot olivat tärkeässä asemassa. Ammattilaisten antamien näkemysten mukaan muutos lähtee liikkeelle tulevaisuuden visioista, jotka antaisivat tarpeeksi motivaatiota tekemään konkreettisia tekoja niiden saavuttamiseksi. (Valkama, 2019.)

Nuorten antamat vastaukset viittasivat vahvasti siihen, että he kokivat itsetuntemuksen tärkeäksi tekijäksi sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamisessa. On siis omattava realistiset näkemykset omista voimavaroista ja resursseista yksilönä, sekä tiedostaa minkälaiset tavoitteet ja toiveet valoisampi tulevaisuus voisi sisältää. Nuoret eivät juurikaan kokeneet, että ulkopuolisten tahojen tarjoamat määritelmät ja odotukset saisivat aikaan samankaltaista muutosta (Valkama, 2019). Koska kukaan muu, eivät edes ammattilaiset, voi ymmärtää tilannetta yhtä hyvin kuin itse syrjäytynyt tai syrjäytymisuhan alla oleva nuori, on hyvin tärkeää ensisijaisesti kuunnella heidän omakohtaisia näkemyksiään. Tutkimuksen (Valkama, 2019) toivottiin tarjoavan hankkeeseen osallistuneille nuorille henkilökohtaista hyötyä, jota he pitäisivät arvokkaana vastineena osallisuudestaan. Tulosten laadusta ilmeni, että osallistuneilla nuorilla oli annettuihin tehtäviin aitoa kiinnostusta sekä halu ymmärtää myös muita osallistujia. Valkaman (2019) kertoman mukaan nuoret utelivat tutkimustuloksia jo kesken hankkeen ja pyysivät saada tuloksista kirjallisia koosteita, jotta voisivat jatkaa omatoimista pohdiskelua myös hankkeen päätöksen jälkeen.

## 5. Videopelien asema dokumenttisarjan syrjäytyneiden nuorten elämässä

Helmikuussa vuonna 2020 Ylen julkaisema dokumenttisarja *Logged in* (2020) käsittelee viittä suomalaista nuorta miestä, joiden elämän kulkua seurataan lähes vuoden ajan. Jokaisen elämästä löytyy varjopuolensa, kuten esimerkiksi työttömyys, rikoshistoria tai päihteet, ja heidän päivittäinen arkensa perustuu pääasiassa videopelien pelaamisesta. Miehet eivät itse suinkaan koe, että videopelit olisivat syy elämäntilanteisiinsa, vaan pelit nimenomaan toimivat punaisena lankana, joka pitävät arjessa edes jonkunlaisen tasapainottavan rytmin yllä (Partanen & Salmi, 2020). Sami Kieksin käsikirjoittamassa ja ohjaamassa sarjassa tuodaan kaunistelematta esille millaista syrjäytyneen ihmisen arki voi Suomessa olla, ja kuinka elämän eri osa-alueet on priorisoitu (*Logged in*, 2020).

Ulkopuolisen silmin tilanne voi näyttää erilaiselta, mutta dokumentissa esiintyvät nuoret miehet eivät itse koe, että olisivat lainkaan epäsosiaalisia. Ystävyys-suhteiden ylläpitäminen verkon välityksellä on päivittäistä ja siihen saattaa kulua useampikin tunti päivässä. Myös uusien ystävyys-suhteiden syntyminen pelien yhteydessä on näille peliharrastajille tavanomaista. Onkin hyvä muistaa, että yksinäisyys on nimenomaan kokemus, jonka jokainen kokee eri tavalla. Ei voida siis olettaa, että henkilö joka omaa laajan ystäväpiirin ei voisi tuntea olevansa yksinäinen.

### 5.1 Taustalla halu herättää keskustelua

Dokumenttisarjan kuvaukset käynnistyivät huhtikuussa vuonna 2019 ja jatkuivat samaisen vuoden joulukuuhun saakka. Sarjan käsikirjoittaja ja ohjaaja Sami Kieksi on kertonut kokeneensa vastaavanlaisia vastoinkäymisiä oman elämänsä aikana jo lapsuudessa ja nuoruudessa (Mattila, 2020). Vanhemmat erosivat, isä sai syöpädiagnoosin, äidillä oli omat ongelmansa ja fyysinen sekä henkinen koulukiusaaminen varjosti kouluarkea. Kieksin mielestä kiusaamisessa oli pahinta se, että joutui syrjityksi ja jäi yksin, sillä tämä luo negatiivisia ajatuksia koko yhteiskuntajärjestelmää vastaan (Lawson, 2020). Nykyään Kieksin elämäntilanne on hyvä, ja hän haluaa tuoda esiin tositarinoita, jotka todennäköisesti muuten jäisivät kuulematta (Mettänen, 2021).

Kieksi uskoo, että kokemiensa samankaltaisten vastoinkäymisten myötä hän on päässyt lähelle ja saavuttanut sarjan päähenkilöiden luottamuksen. Sarjassa hän haluaa tuoda koko kansan silmille, millaista syrjäytyneen ihmisen elämä voi läheltä seurattuna olla. Tavoite on, että dokumenttisarja herättäisi ihmisissä keskustelua, sillä Kieksin mukaan keskustelu on eriävine mielipiteineen se, mikä saa muutoksen aikaan (Lawson, 2020). Kieksin päätöksen myötä sarjassa ei näytetä kaikkia kuvausten aikana sattuneita tilanteita. Jos esimerkiksi kuvauksen aikana päähenkilö oli nauttinut niin paljon alkoholia, ettei tämä enää itse ymmärtänyt mitä ollaan tekemässä, jätettiin tällaiset tilanteet kuvaamatta. Jos kuvaukset olivat tällaisissa tilanteissa käynnissä, lopetettiin ne nopeasti ja huolehdittiin että humaltunut henkilö pääsi turvallisesti kotiin (Lawson, 2020).

### 5.2 Sarjan miehet, jotka pelaavat

Sarja (*Logged in*, 2020) vie katsojan seuraamaan lähietäisyydeltä viiden nuoren miehen arkea, näyttäen peittelemättä mitä syrjäytyneeksi joutuneen ihmisen elämä voi sisältää.



Lapsuudessa ja nuoruudessa on jouduttu vastaanottamaan vastoinkäymisiä, kuten kiusaamista ja siitä seuraavaa yksinäisyyttä, sekä rikkinäisten perhesuhteiden tuomia kurjuuksia. Myöhemmin kuvioihin on astunut myös huumeet, alkoholi ja työttömyys. Sarjan päähenkilöille pelaaminen tuo elämään kaivattua sosiaalista kanssakäymistä, ja videopelien pelaamisella saadaan itselle onnistumisen tunteita (Mattila, 2020).

Joni, 24 vuotta, pelaa sanojensa mukaan videopelejä jopa kymmeniä tuhansia tunteja elämänsä aikana. Yläaste-aikoina sosiaalinen elämä puuttui täysin, ja lapsuudessa kaiken rohkeuden riisti kiusaaminen, pahoimpitelyt ja pelkääminen. Arkisin ei kotona saatu lohtua muualta kuin tietokoneelta, videopelien tarjoamista maailmoista. Suhde isään ei ollut hyvä, ja vanhempien eron takia äitiä pääsi tapaamaan vain viikonloppuisin. Vaikka videopelit ovat Jonin elämässä tärkeitä, menee tyttöystävä kaiken tämän edelle. Tyttöystävän seura ja olemassaolo vie masentuneisuuden tunteen, yksinäisyyden ja ikävät ajatukset muualle. (Logged in, 2020, Jakso 1.)

Kun Jonin elämässä oli vaihe, jolloin hän toteutti systemaattisten peliyhteisöjen tuhoamista erilaisten palvelunestohyökkäysten avulla. Tällöin astuivat elämään myös talousrikokset. Rikoksien hän sanoo juontuneen nuorena kokemansa kiusaamisen ja syrjimyksen tuloksena seuranneesta katkeruudesta. Jakson lähetessä loppuaan, kerrotaan Jonin päässeen hakemaansa kouluun. Koulun myötä elämään on saatu normaali päivärytmi, ja ihmisten kohtaaminen on alkanut tuntumaan luontevalta. Hän kokee, että syrjäytyneisyydestä nouseminen on vaatinut valtavasti sisua, eikä matka ole lainkaan ollut helppo fyysisesti tai henkisesti. Joni ei itse ymmärrä videopelien pelaamiseen kohdistuvia halveksuvia kommentteja ja ihmettelee, että jos jossakin yksinkertaisesti on hyvä, miksi tätä pitäisi lopettaa lainkaan. Etenkin jos tekemiseen on elämän aikana tullut käytettyä kymmeniä tuhansia tunteja. (Logged in, 2020, Jakso 1.)

Patrik, 22 vuotta, koostaa päivänsä nukkumisesta, tietokoneen äärellä pelaamisesta, syömisestä sekä tupakoinnista. Kotoa poistutaan lähinnä vain kuntouttavaan työtoimintaan, jossa on käytävä kerran viikkoon, ettei työmarkkinatuen tuleminen tyrehdy. Esimerkiksi työt tai muut aktiviteetit, jotka toisivat päiviin lisää sisältöä, eivät Patrikille ole tarpeellisia. Pelatessa tulee aikaa vietettyä ystävien kanssa tämän mielestä tarpeeksi, ja valtion antamat tuet kattavat taloudelliset menot. (Logged in, 2020, Jakso 2.)

Patrikin ollessa 2-vuotias tämän vanhemmat erosivat, ja kiusaaminen alkoi jo esikoulussa jatkuen kouluvuosien läpi jopa ammattikouluun saakka. Välit äitiin ovat pysyneet läheisinä, ja positiivinen asenne on auttanut Patrikia pääsemään yli lapsuudessa ja nuoruudessa kokemistaan ikävistä tapahtumista. Vaikka Patrik kokee, että asiat voisivat olla paremminkin, hän on silti tyytyväinen elämäntilanteeseensa. Sarjan jakson aikana Patrikin elämässä ei tapahdu suuntaa kääntäviä muutoksia, mutta Kieksin (Ilta-Sanomat, 2020) mukaan Patrik aloitti sarjan kuvausten jälkeen käymään kuntouttavassa työtoiminnassa yhden päivän sijaan kaksi kertaa viikossa, ja toivoi saavansa vielä kolmannenkin päivän. (Logged in, 2020, Jakso 2.)

Aaron, 26 vuotta, sai 16-vuotiaana tietää sairastavansa paranoidista skitsofreniaa. Huumausaineet astuivat kuvioihin vuonna 2015 satunnaisella, testimielisellä käytöllä, mutta lopulta riippuvuus vei mukanaan. Elämä ei enää maistunut samalta kuin ennen, ja ystävyysuhteet, opiskelu ja työt jäivät päihteiden varjoon. Aaronin päivät sisältyivät pääasiassa tietokonepelien pelaamisesta ja runsaasta huumeiden käytöstä. Huumeiden avulla hän sai apua ahdistukseen sekä sosiaalisiin tilanteisiin liittyviin pelkoihin. Aamuisin sängystä nouseminen tuntui hankalalta, mutta fantasiamaailmaan perustuva verkkopeli RuneScape toimi isona motivaattorina ja henkireikänä päivittäin. Aaronin

mielestä pelin pelaaminen oli entistä viihdyttävämpää huumausaineiden vaikutuksen alla. (Logged in, 2020, Jakso 3.)

Dokumenttisarjan jaksossa nähdään, kuinka Aaron hakeutuu lopulta itse päihdehoitolaan. Vaikka huumausaineet toivatkin hänen elämäänsä tietynlaista lohtua, koki Aaron kuitenkin niiden vievän kaiken elämän ilon pois. Useamman kuukauden ajan kestäneen laitosen jälkeen elämänlaatu on huumeiden erossa pysymisen myötä noussut huomattavasti, ja aiemmin ylitsepääsemättömältä tuntuneet sosiaaliset tilanteet alkoivat tuntua jopa nautinnallisilta. (Logged in, 2020, Jakso 3.)

Juho, 23 vuotta, menetti äitinsä syöväälle ollessaan vasta lukion viimeisillä luokilla, jolloin elämässä koulunkäynti jäi kokonaan taka-alalle. Ala-asteikäisenä koettu isovanhempien menettäminen oli myös kova paikka, sillä ystävien puuttumisen takia olivat välit isovanhempiiin erityisen lämpimät. Juho ei myöskään säästynyt kiusaamiselta, ihmissuhdeongelmilta sekä muilta musertavilta tekijöiltä, jotka latistivat itsetuntoa ja rohkeutta entisestään. Luottamus muihin ihmisiin ei ollut erityisen vahva, ja huonot välit alkoholismia sairastavaan isään painoivat jatkuvasti. (Logged in, 2020, Jakso 4.)

Myös Juho kokee, että videopelit auttavat käsittelemään elämässä koettuja vastoinkäymisiä ja unohtamaan murheet hetkellisesti. Tämän lisäksi pelatessa pääsee keskustelemaan jopa päivittäin sellaisten ystävien kanssa, joiden tapaaminen ei kasvotusten onnistuisi. Videopelien lisäksi Juho pitää myös koulunkäyntiä arvokkaana, ja koulun opettajat ja henkilökunta antavat nuorelle miehelle tilanteen vaatimaa tukea ja ymmärrystä. Jakson kuvausten aikana sen hetkiset opinnot saatiin päätökseen, ja uusia tulevaisuudensuunnitelmia on jo suunnitteilla. Työelämään pääsy ja uudelle paikkakunnalle muutto houkuttaa, ja tulevaisuuden tuomia muutoksia lähdetään katsomaan positiivisella asenteella. (Logged in, 2020, Jakso 4.)

Henri, 33 vuotta, uskoi jo lapsena hyvin vahvasti, että yhteiskunta on jakautunut hyviin ja huonoihin ihmisiin, joista jälkimmäiseen hän koki myös itse kuuluvansa. Sarjan alussa Henri asui yhteiskunnan syrjäyttämänä erakkona rappeutuneessa talossa, ja päivät kuluivat uutisia lukiessa, kannabista poltellessa, videopelien parissa sekä mikrolevää tutkiessa. Myöskin Henrin vanhemmat erosivat tämän ollessa vielä nuori, ja elämässä on jo pitkään ollut läsnä masennus sekä sosiaalisten tilanteiden ja julkisten paikkojen pelko. Huumausaineiden sekä päihteiden käyttö alkoi ala-asteella kokeilunhalun tuloksena. Kun unilääkkeet pääsevät loppumaan, korvataan ne alkoholilla. Kannabiksen polttamisen syynä ovat henkilökohtaiset syyt, kuten rentoutumisen tavoittelu sekä vahvasta huumeaddiktiosta eroon pääseminen. Vaikka Henri on jo 13 vuoden ajan käyttänyt kannabista, ei hän voi suositella tämän päihdeaineen käyttöä muille. (Logged in, 2020, Jakso 5.)

Henrille on tärkeää kehittää ekosysteemiä mikrolevän avulla ja uskoo, että tulee jatkamaan projektiaan elämänsä viimeisiin päiviin saakka, sillä suurimpana tavoitteena on sen avulla auttaa muita ihmisiä. Tämän lisäksi videopelit, erityisesti 16 vuoden ajan pelattu Counter-Strike, ovat iso osa Henrin päivittäistä elämää. Kun Henrin jakso lähenee loppuaan, nähdään hänen päätyneen osastohoitoon suljetulle osastolle. Kaikkien vastoinkäymistensä tuloksena Henri koki hermoromahduksen, joka sai hänet itse hakemaan hoitoa. Hoitojakson avulla hän on saanut vähennettyä alkoholin käyttöä ja kokee hyvinvointinsa parantuneen huomattavasti. (Logged in, 2020, Jakso 5.)

### 5.3 Syrjäytyneiden omat kokemukset

Yksinäisyyttä voi kokea kuka tahansa, huolimatta siitä kuinka laajojen ystäväpiirien, perheiden ja muiden läheisten ympäröimä on. Yksinäisyys ei ole yksinkertaisesti selitettävä käsite, sillä jokainen kokee sen eri tavalla ja erilaisissa tilanteissa. Logged in -dokumenttisarja (Logged in, 2020) auttaa katsojia näkemään, että toisen henkilön silmissä epäsosiaaliselta ja yksinäiseltä vaikuttava elämäntyyli voi toiselle olla hyvinkin antoisa sosiaalisessa aspektissa. Toisin kuin ennen, sosiaalinen kanssakäyminen ei ole enää tänä päivänä ainoastaan kasvokkaista vuorovaikutusta, vaan siitä iso osa tapahtuu viestien, äänipuheluiden sekä videopuheluiden välityksellä. Arkipäivän kommunikaatiosta yhä suurempi osa tapahtuu jossain muodossa internetin välityksellä (Harviainen ja muut, 2013).

Dokumenttisarjassa (Logged in, 2020) esiintyvistä päähenkilöistä lähes jokainen pyrkii omilla teoillaan lopulta saamaan muutosta sen hetkisiin elämäntilanteisiinsa. Heistä ainoastaan yksi koki olevan yksinkertaiseen elämäntyyliinsä tyytyväinen, eikä juurikaan ilmaissut kaipaavansa siihen muuta sisältöä. PEILI-hankkeen (Valkama, 2019) tulokset osoittivat, että syrjäytyneiden ja syrjäytymisuhan alla olevien nuorten mielestä elämänsuunnan muuttaminen on ensisijaisesti omasta tahdonvoimasta ja motivaatiosta kiinni, ja dokumenttisarja jossain määrin tukee tätä näkemystä. Jos tahdonvoimaa tai halua elämäntilanteen muuttamiseen ei ihmisellä itsellä ole, ei ulkopuolisten tahojen tarjoama apu vie kovinkaan pitkälle. Enemmistö sarjassa esiintyneistä nuorista miehistä olivat erilaisten vastoinkäymisten jälkeen halukkaita näkemään vaivaa parantaakseen elämänsä laatua. Vaikka sarjan nuoret käyttivät huomattavan suuren osan ajastaan videopelien parissa, eivät he itse kokeneet pelaamista hallitsemattomaksi ongelmaksi tai ongelmien juurisyyksi. Videopelit toivat heidän sanojensa mukaan elämään esimerkiksi siitä puuttuvan päivittäisen sosiaalisen kanssakäymisen, tavan rentoutua, ja lieventää stressiä sekä apukeinon unohtaa edes hetkellisesti tosielämässä kytenneet vastoinkäymiset (Logged in, 2020).

Kun sarjan päähenkilöt ilmaisivat näkemyksensä siitä, mihin syrjäytyminen voisi juontaa juurensa, osoitti syyttävä sormi yhteiskunnan suuntaan. Nyky-yhteiskunnassa on edelleen läsnä tietyt käsitykset siitä, mitä ideaalin elämän tulisi pitää sisällään. Ajatusmaailma on upotettu mieliin jo ensimmäisten ikävuosien aikana, ja sitä voi olla hankala sivuuttaa. Ajatus voi elämän mittaa muuttaa muotoonsa, mutta toisten ihmisten tai ryhmien kohdalla se voi olla hyvin itsepäisesti muuttumaton. Kun ajatuksen sisältämästä kuplasta poistutaan, voi olla haasteellista ymmärtää muiden mahdollisesti tuoreempia ajattelumalleja. Dokumenttisarjassa (Logged in, 2020) esiintyvä Patrik kommentoi asiaa seuraavanlaisesti: ”Vanhempien sukupolvi oli sellasta, et ei ollut tietokoneita, niin ei ne ymmärrä sitä. Ne ei ymmärrä, et sä voit olla sosiaalinen myös netissä.”

## 6. Tulokset ja pohdinta

Tutkielman tavoitteena oli kattavan kirjallisuuskatsauksen avulla selvittää millainen videopelien merkitys ja sosiaalinen asema on tänä päivänä, mitkä tekijät ovat vaikuttaneet videopelien maineeseen sekä millainen videopelien asema on syrjäytyneiden nuorten arjessa.

### 6.1 Syrjäytyneiden äänten merkitys

Syrjäytyminen on etenkin nuorten miesten keskuudessa ilmenevä ongelma. THL on arvioinut, että Suomessa syrjäytyneiden nuorten määrä on jopa 61 000 henkilöä (Veirto, 2020), joista huomattava enemmistö on miehiä. Syrjäytyneen ihmisen elämä on usein hyvin yksinäistä ja arki pyörii tyhjyyden, turvattomuuden ja tekemättömyyden ympärillä (Sevänen, 2019). Missään tarkastelemanani tutkimuksen tuloksissa ei suoraan mainittu videopelien potentiaalista yhteyttä syrjäytymiseen lainkaan, sillä siihen johtavat syyt olivat huomattavasti raskaampia ja monimutkaisempia. Tulosten mukaan syrjäytymisuhan alle jääminen on erityisesti vahvasti läsnä, jos henkilö on vailla opiskelupaikkaa, on ylivelkaantunut ja maksuhäiriöt ovat osa elämää (Ristikari ja muut, 1997). Logged in (2020) dokumenttisarjassa myös kiusaaminen, rikkinäiset perhesuhteet ja myöhemmin mukaan astuneet päihteet ja työttömyys olivat osana useamman miehen elämää. (Logged in, 2020.)

PEILI-hanke antaa näkökulmaa siitä, kuinka eri tavalla nuoret suhtautuvat syrjäytymiseen verrattaessa asiaan perehtyneisiin ammattilaisiin. Tulokset osoittivat, että syrjäytymisuhan alla olevien nuorten mielestä yhteiskunnan ja muiden ulkopuolisten tahojen tarjoama apu ei juurikaan auta, jos syrjäytynyt nuori haluaa muuttaa elämänsä suuntaa (Valkama, 2019). Yhteiskunnan osallisuus nähtiin pikemminkin kielteisenä, ja nuoret kokivat oman itsetuntemuksen olevan merkittävässä roolissa. Vaikka asiantuntijoiden antamat näkemykset syrjäytymisen ennaltaehkäisyssä ja tilanteen muuttamisessa saattaisivat olla hyödyllisiä nuorten hyvinvoinnin kannalta, on ensisijaisesti otettava huomioon nuorten omakohtaiset näkemykset, joiden pohjalta toimenpiteitä voitaisiin parantaa. PEILI-hankkeen perusteella voidaan ajatella asiaa niin, että jos muutoksia halutaan saada aikaan, on kuunneltava ensisijaisesti syrjäytymisuhan alla olevien nuorten ääntä.

### 6.2 Pelien tuomat mahdollisuudet ja helpotus elämään

Videopelejä löytyy nykypäivänä moneen eri tarkoitukseen, ja pelit voivat viihteellisen arvon lisäksi tarjota esimerkiksi oppinismahdollisuuksia (Harviainen ja muut, 2013; Yue & Zin, 2009). Pelaaminen on myös yhä useamman ihmisen harrastus, ja pelien parissa aikaa tulee vietettyä useita tunteja viikossa (Electronic Software Association, 2021). Vaikka pelaaminen on yleistynyt, jakaa se edelleen paljon mielipiteitä. Fergusonin, Nielsenin ja Maguiren (2017) toteuttama tutkimus kuitenkin osoittaa, että videopelit aiheuttavat erityisesti vanhemmissa aikuisissa negatiivisia uskomuksia. Pelit eivät kuitenkaan huoleta niiden väkivaltaisuuden vuoksi, kuten voisi olettaa, vaan lähinnä niiden aiheuttamien riippuvuuksien vuoksi. Siitä huolimatta, että peliriippuvuus ei ole yleinen ongelma, sen olemassaolo on tärkeä osata ymmärtää ja tiedostaa. (Ferguson ja muut, 2017.)

Videopelien viihdekäytön yleistymiseen on viime vuosina myös vaikuttanut maailmalla vaikuttanut COVID-19 pandemia, joka on pakottanut ihmisiä välttämään suoraa kontaktia muihin kanssaeläjiin (Electronic Software Association, 2021). Työt, opinnot ja harrastukset on täytynyt keskittää pääasiassa kodin ympäristöön, jolloin ajanviettotapoja on vain rajallisesti. Onneksemme kehittynyt teknologia mahdollistaa kuitenkin jo hyvin monipuolisesti myös sosiaalisen kanssakäymisen sähköisten laitteiden välityksellä, jolloin kotoa poistuminen ei ole välttämätöntä, jos kaipaa keskustelukumppaneita.

Videopelien pelaajille yhteydenpito ystäviin verkon välityksellä ei ole lainkaan uusi ilmiö, vaan hyvin tavanomainen tapa vaihtaa kuulumisia jopa päivittäin. Joissakin tapauksissa tämä voi olla jopa ainoa tapa pitää yhteyttä ystäviin ja tuttuihin, joka tuntuu luonteelta ja miellyttävältä. Logged in (2020) dokumenttisarjassa yhteydenpito videopelien ohella on päähenkilöille tärkeä tapa ylläpitää ystävyys-suhteita sekä tavata uusia tuttavuuksia. Vaikka sarjassa esiintyneet, syrjäytyneet miehet käyttävät ison osan päivittäisestä elämästään videopelejä pelatessa, ei heistä kukaan koe, että syrjäytynyt elämäntapa on saanut alkunsa videopelien pelaamisesta. Äärimmäisissä tapauksissa videopelien liiallisella pelaamisella on todettu olevan haitallisia seurauksia, ja pahimmassa tapauksessa se voi johtaa pelaamishäiriön eli peliriippuvuuden syntyyn.

### 6.3 Dokumenttisarja antaa toivoa

Logged in (2020) dokumenttisarja tarjoaa katsojille koristelematonta materiaalia syrjäytyneiden miesten päivittäisestä arjesta, joka saattaa pelaamisen lisäksi sisältää muun muassa alkoholin ja huumausaineiden käyttöä (Logged in, 2020). Dokumenttisarjan päähenkilöiden näkemykset yhteiskunnan merkityksestä syrjäytyneiden nuorten arjessa ovat hyvin samankaltaisia kuin PEILI-hankkeessa nuorilta saaduissa tuloksissa, sillä yhteiskunta nähdään pikemminkin kielteisessä valossa. Sarjan tarjoama sukellus syrjäytyneiden nuorten maailmaan on sekä mielenkiintoinen että opettavainen. Siinä konkretisoituu hyvin se, minkälaista sisältöä syrjäytyneen nuoren elämä saattaa sisältää sekä kuinka yhteiskunnan ulkopuolisen elämän voi eri yksilöt kokea.

Sarja on rohkea tapa antaa myös muille samanlaisissa tilanteissa eläville rohkeutta ja kannustusta muuttamaan elämän suuntaa, mikäli tällaisen kokee ideaaliksi tai tavoiteltavaksi, mutta kynnyks muutokselle tuntuu liian suurelta. Vaikka dokumentin päähenkilöt ovat elämänsä aikana kokeneet valtavia vastoinkäymisiä, jotka ovat polkeneet heitä alas, löytyy kaiken tämän jälkeen vielä tahdonvoimaa nousta toteuttamaan omia unelmia ja tavoitella parempaa elämää.

Sarja kumoaa hyvin esimerkiksi sellaiset väitökset, joiden mukaan videopelit ovat pelaajille vain yksinomaan haitaksi ja tuhoavat muita elämän osa-alueita. On totta, että tällaiset seuraukset voivat olla mahdollisia, mutta edelleen hyvin harvinaisia (Witek ja muut, 2015). Sarjan päähenkilöiden syrjäytymiseen johtavat ongelmat ovat saaneet alkunsa muista tekijöistä, joiden seurauksena mieli on horjunut ja minäkuva joutunut kaltoinkohdeksi. Kaiken tämän keskellä pelaaminen on tuonut elämään kaivattua sisältöä ja tavan viettää aikaa muiden seurassa.

Pelaaminen voi kohtuullisissa määrin olla positiivinen osa elämää, mutta jos elämässä ei juurikaan ole muuta sisältöä, voiko silloin pelien parissa viettää liikaa aikaa? Ei ole mahdotonta, että syrjäytymisen seurauksena tulisi riippuvaiseksi peleistä, mutta tässä tapauksessa varsinaisen diagnoosin antaminen voi olla haasteellista. Sarjan jaksojen

lopussa ilmeni, että suurin osa sarjan päähenkilöistä oli valmiita jättämään pelaamiseen käytetyt tunnit vähemmälle, mikäli muu elämä on saatu parempaan kuntoon.

## 6.4 Peliriippuvuus voi johtaa syrjäytymiseen

Peliriippuvuus on jatkuvasti yleistyvistä pelaamisesta huolimatta vielä harvinaisen diagnosoitava häiriö, ja suurin osa pelaajista osaa hallita pelikäyttäytymistään sopivissa määrin (Wittek ja muut, 2015). Riippuvuutta esiintyy erityisen paljon Afrikassa, Aasiassa, sekä Etelä- ja Keski-Amerikan alueilla. Aasiassa, erityisesti Etelä-Koreassa, e-urheilupelaamisen asema on aivan eri tasolla muuhun maailmaan verrattuna, ja lajia tuetaan jopa hallituksen toimesta. Kiinasta löytyy maailman suurin e-urheilu- ja peliteollisuus, sillä kansasta noin 600 miljoonaa ihmistä pelaa pelejä puhelimilla, tietokoneilla tai konsoleilla. (SEUL, 2019; Esports.net, 2021.)

Peliriippuvuuden omaavalla henkilöllä pelaamisen halu horjuttaa elämän muita osa-alueita, kuten ihmissuhteita ja opintoja (World Health Organization, 2018). Peliriippuvaisuuden yhteydessä raportoidaan myös usein masennusta, itsetuhoisuutta sekä ahdistusta (Wittek ja muut, 2015). Samankaltaisia psykologisia terveysvaikutuksia voi ilmetä myös syrjäytyneellä henkilöllä (Paananen ja muut, 2019), ja vaikka syrjäytyneisyys tavallisesti johtuu muista, isommista tekijöistä, uskon että voi olla mahdollista joutua syrjäytymisen uhan alle peliriippuvuuden takia.

Jos peliriippuvuutta ei olisi sisällytetty tutkielmaan mukaan, eivät tulokset viittäisi siihen suuntaan, että pelaaminen voi johtaa syrjäytymiseen. Peliriippuvuus on diagnoosina monimutkainen aihe, eikä suoraan voida myöskään olettaa, että pelihäiriön diagnoosin saanut henkilö on syrjäytynyt. On totta, että riippuvuus voi musertaa elämästä kaiken muun sisällön pelaamisen ympäriltä, jolloin on uhkana pudota syrjäytymisen pimeään loukkuun. Tällaiset tapaukset ovat kuitenkin vielä tänä päivänä harvassa, ja syrjäytymistä aiheuttavat ensisijaisesti muut, tavallisesti raskauttavammat tekijät. Nämä taas voivat aiheuttaa dominoefektin kaataen elämän osa-alueita kumoon, jolloin jäljelle jää vain videopelien mahdollistama pakenemiskeino todellisuudesta.

## 7. Yhteenveto ja jatkotutkimusaiheet

Tutkielmani päämäärä oli kirjallisuuskatsauksen avulla tarkastella millä tekijöillä on yhteys syrjäytymiseen, ja ensisijaisesti selvittää kuuluuko näiden joukkoon myös videopelit. Tutkin erikseen laajamittaisesti videopelejä, peliriippuvaisuutta, syrjäytyneisyyttä sekä Logged in -dokumenttisarjan sisältöä, jotta saisin aiheesta mahdollisimman kattavan ja monipuolisen katsauksen.

Asenteet videopelejä kohtaan ovat muuttuneet vuosien myötä. Iso osa pienten lasten ja nuorten vanhemmista kokee, että videopelit ovat jälkikasvulle hyödyllinen tapa viettää aikaa. Pelit mahdollistavat hyvän ympäristön oppia soveliaan tavan suhtautua voittamiseen ja häviämiseen, jolloin terve kilpailuhenki vahvistuu. Tutkimusten mukaan myös ennakkoluulot ja pelot videopelejä kohtaan vähenevät sen mukaan, mitä enemmän videopelien maailmaan tutustuu ja perehtyy.

Teknologian valtavien kehityksen mukana myös videopelit ovat saaneet merkittävän roolin yhteiskunnassa. Videopelit eivät ainoastaan tarjoa käyttäjille viihdykettä, sillä niiden parissa voi oppia muun muassa yhteistyö- ja ryhmätyötaitoja, ja ne voivat parantaa ongelmanratkaisutaitoja, strategista taktikointia, havainnointikykyä, lisätä stimulaatiota sekä lieventää stressiä ja tarjota tavan rentoutua. Pelaajista myös selkeä enemmistö suosii pelaamista muiden kanssa, joko verkon välityksellä tai ollessaan samassa fyysisessä tilassa. Videopelien sosiaalinen merkitys on vuosi vuodelta kasvanut yhä enemmän, ja pelihetken jakaminen toisten seurassa on oleellinen osa nykypäivän pelaamiskokemusta.

Syrjäytyneen ihmisen arki voi olla sisällöllisesti hyvin vähäistä, eikä kotoa poistumiselle välttämättä löydy motivaatiota. Sosiaaliset suhteet saattavat kariutua, ja läheisiä ei tule tavattua yhtä usein kuin ennen. Logged in -dokumenttisarjassa esiintyvät päähenkilöt näyttävät konkreettisesti, kuinka videopelit tuovat elämään sisältöä, tarjoaa puuttuvan sosiaalisen aspektin sekä tavan rentoutua, lieventää stressiä ja hetkeksi unohtaa elämän koettelemukset. Sarjan tapauksessa henkilöiden kohdalla ei kyseessä vaikuttanut olevan peliriippuvuus, sillä syrjäytymiseen johtaneet tekijät olivat lähtöisin muista elämän osa-alueista, mutta toisaalta syrjäytymisestä johtuva peliriippuvuus voi kaikeksi olla mahdollista.

Videopelejä käsittelevää aineistoa löytyi kattavasti, mutta videopelien merkitystä syrjäytyneiden arjessa käsittelevää aineistoa ei löytynyt niin laajasti. Tätä jäin kaipaamaan, ja tästä syystä koin tärkeäksi ottaa Logged in -dokumenttisarjan mukaan tukemaan kirjallisuuskatsausta, koska tämä tarjosi asian tiimoilta syrjäytyneiden ihmisten henkilökohtaisia näkemyksiä. Jatkotutkimuksia varten olisi kiinnostavaa perehtyä tutkimaan esimerkiksi samaa aihepiiriä naispuolisten henkilöiden osalta sekä päihteidenkäyttöä videopelien yhteydessä. Tämän lisäksi kiinnostusta herätti se mistä tekijöistä johtuen syrjäytymistä ilmeni tilastojen mukaan erityisesti Aasiassa, Afrikassa, sekä Etelä- ja Keski-Amerikassa. Olisi mielenkiintoista tutkia esimerkiksi sitä, onko e-urheilun kovalla suosiolla mahdollisia vaikutuksia peliriippuvuuteen.

## Lähteet

Anderson, J. (1983). Who Really Invented The Video Game? There was Bell, there was Edison, there was Fermi. And then there was Higinbotham. *Creative Computing Video & Arcade Games*. Vol. 1, Nro. 1. Siv. 8. Viitattu 26.09.202. Saatavilla:

<https://www.atarimagazines.com/cva/v1n1/inventedgames.php>

Bruckner, T., Singh, P., Snowden, L., Chakravarthy, B., & Yoon, J. (2019). Rapid Growth of Mental Health Services at Community Health Centers. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*, 46(4). Luettu 05.05.2020. Saatavilla:

[https://www.researchgate.net/publication/333634419\\_Rapid\\_Growth\\_of\\_Mental\\_Health\\_Services\\_at\\_Community\\_Health\\_Centers](https://www.researchgate.net/publication/333634419_Rapid_Growth_of_Mental_Health_Services_at_Community_Health_Centers)

Brunila, K., Mertanen, K., Ikävalko, E., Kurki, T., Honkasilta, J., Lanas, M., Leiviskä, A., Masoud, A., Mäkelä, K., & Fernström, P. (2019). Nuoret ja tukijärjestelmät haavoittuvuuden eetoksessa. *Kasvatus*, 50(2). 107–119. Viitattu 26.09.2021. Saatavilla:

[https://www.researchgate.net/publication/330848876\\_NUORET\\_JA\\_TUKIJARJESTELMAT\\_HAAVOITTUVUUDEN\\_EETOKSESSA](https://www.researchgate.net/publication/330848876_NUORET_JA_TUKIJARJESTELMAT_HAAVOITTUVUUDEN_EETOKSESSA)

Clayborn, J. J. & Garrison B. (2015). A statistical Analysis of Violent Video Games as related to Violent Crime in the United States. *Journal of Societal and Cultural Research. Volume 1, Number 2*. Luettu 05.05.2020. Saatavilla:

[https://www.researchgate.net/publication/264346212\\_A\\_Statistical\\_Analysis\\_of\\_Violent\\_Video\\_Games\\_as\\_related\\_to\\_Violent\\_Crime\\_in\\_the\\_United\\_States](https://www.researchgate.net/publication/264346212_A_Statistical_Analysis_of_Violent_Video_Games_as_related_to_Violent_Crime_in_the_United_States)

De Aguilera, M. & Méndiz, A. (2003). Video Games and Education (Education in the Face of a “Parallel School”). Viitattu 26.09.2021. Saatavilla:

[https://www.researchgate.net/publication/220686511\\_Video\\_games\\_and\\_education\\_Education\\_in\\_the\\_face\\_of\\_a\\_parallel\\_school](https://www.researchgate.net/publication/220686511_Video_games_and_education_Education_in_the_face_of_a_parallel_school)

Entertainment Software Association (2021). 2021 Essential Facts About the Video Game Industry. Luettu 24.09.2021. Saatavilla:

<https://www.theesa.com/resource/2021-essential-facts-about-the-video-game-industry/>

Esports.net (2021). Which Country Has The Best Esports Gamers in 2021? Viitattu 06.10.2021. Saatavilla:

<https://www.esports.net/wiki/players/country-with-best-esports-gamers/>

Ferguson, C. J. & Kimburn, J. (2009). *The Public Health Risks of Media Violence: A Meta-Analytic Review*. *The Journal of pediatrics* 154(5): 759-63.

Ferguson, C. J. (2013). Don't Link Video Games with Mass Shootings. *CNN News*. Luettu 05.05.2020. Saatavilla:

<https://edition.cnn.com/2013/09/20/opinion/ferguson-video-games/>

Ferguson, C. J., Nielsen, R. K. L., & Maguire, R. (2017). Do Older Adults Hate Video Games until they Play them? A Proof-of-Concept Study. Viitattu 01.10.2021. Saatavilla:

[https://www.researchgate.net/publication/305216159\\_Do\\_Older\\_Adults\\_Hate\\_Video\\_Games\\_until\\_they\\_Play\\_them\\_A\\_Proof-of-Concept\\_Study](https://www.researchgate.net/publication/305216159_Do_Older_Adults_Hate_Video_Games_until_they_Play_them_A_Proof-of-Concept_Study)



Harviainen, J. T., Meriläinen, M., & Tossavainen, T. (2013). Pelikasvattajan käsikirja. *Helsinki: Mediakasvatus- ja kuvakäsiohjelmakeskus*. Viitattu 27.09.2021. Saatavilla: <https://peliviikko.fi/pelikasvattajankasikirja.pdf>

Karlinsky, N. (2012). Video Games and Violence: Every Generation Blames Newest Media, Expert Says. *ABC News*. Luetu 05.05.2020. Saatavilla: <https://abcnews.go.com/Technology/video-games-violence-generation-blames-latest-media-expert/story?id=18009898>

Knopf, J. W. (2006). Doing a Literature Review. *Cambridge University Press*. Viitattu 04.10.2021. Saatavilla: <https://www.cambridge.org/core/journals/ps-political-science-and-politics/article/abs/doing-a-literature-review/00B62000B6760AB78E1BD27E32A94C9F>

Kowert, R., Festl, R., & Quandt, T. (2014). Unpopular, Overweight and Socially Inept: Reconsidering the Stereotype of Online Games. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, Vol. 17:3, 141-146. Luetu 10.05.2020. Saatavilla: [https://www.researchgate.net/publication/256927323\\_Unpopular\\_Overweight\\_and\\_Socially\\_Inept\\_Reconsidering\\_the\\_Stereotype\\_of\\_Online\\_Gamers](https://www.researchgate.net/publication/256927323_Unpopular_Overweight_and_Socially_Inept_Reconsidering_the_Stereotype_of_Online_Gamers)

Kuo, A., Hiler, J. L., & Lutz, R. J. (2017). From Super Mario to Skyrim: A framework for the evolution of video game consumption. *Journal of Consumer Behaviour*. Vol 16:2, 101-120. Luetu 05.05.2020. Saatavilla: <http://web.b.ebscohost.com/pc124152.oulu.fi:8080/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=2&sid=f2aa50b5-d9da-4b84-8b0a-09e82f1cf255%40sessionmgr101>

Kuuluvainen, S., & Mustonen, T. (2019). Digitaalinen viihdepelaaminen ja digipeliriippuvuus. Katsaus pelaamisen eri ulottuvuuksiin (2. painos). *Sosiaalipedagogiikan säätiö*, Helsinki. Viitattu 30.09.2021. Saatavilla: [https://digipelirajaton.fi/wp-content/uploads/sites/7/2019/04/Digi\\_170x240\\_TjaS\\_25.3.19\\_M-1.pdf](https://digipelirajaton.fi/wp-content/uploads/sites/7/2019/04/Digi_170x240_TjaS_25.3.19_M-1.pdf)

Lawson, F. (2020). Syrjäytyneiden miesten elämästä annettiin karu kuva – näin Logged in -dokumentin nuorten elämä muuttui. *Iltä-Sanomat*. Luetu 10.05.2020. Saatavilla: <https://www.is.fi/kotimaa/art-2000006421451.html>

Lenhart, A., Kahne, J., Middaugh, E., Rankin Macgill, A., Evans, C., & Vitak, J. (2008). Teens, Video Games, and Civics: Teen's gaming experiences are diverse and include significant social interaction and civic engagement. *Pew Internet & American Life Project*. Luetu 05.05.2020. Saatavilla: <https://eric.ed.gov/?id=ED525058>

Logged in 2020. Ohjaus: Sami Kieksi. Hakupäivä 24.9.2021. <https://areena.yle.fi/1-50409258>

Markey, P. M., Ivory, J. D., Slotter, E.B., Oliver, M. B., & Maglalang, O. (2019). He Does Not Look Like Video Games Made Him Do It: Racial Stereotypes and School Shootings. *Psychology of Popular Media Culture*. Viitattu 25.09.2021. Saatavilla: <https://www.apa.org/pubs/journals/releases/ppm-ppm0000255.pdf>

Mattila, M. (2020). Sami Kieksi seurasi läheltä nuoria miehiä, jotka pakenevat pelimaailmihin ja jäävät syrjään – ”Pelaaminen on keino päästää irti arjen paineista”.

*Yle Uutiset*, Pelit. Luettu 07.05.2020. Saatavilla:

<https://yle.fi/uutiset/3-11193891>

Metropolia (2020). Syrjäytynyt tai syrjäytymisuhan alainen nuori? Luettu 08.05.2020. Saatavilla:

<https://blogit.metropolia.fi/tikissa/avainsana/peili-hanke/>

Mettänen, H. (2021). Sami Kieksi, 30, koki lapsuudessa asioita, joita lapsen ei kuuluisi kokea – paljastaa nyt vaiettuja salaisuuksia supersuosituksessa dokumenteissaan.

*Iltalehti*. Luettu 27.09.2021. Saatavilla:

<https://www.iltalehti.fi/tv-ja-leffat/a/e43421d8-689f-4a9f-9428-4e5125ff430c>

Paananen, R., Surakka, A., Kainulainen, S., Ristikari, T., & Gissler, M. (2019). Nuorten aikuisten syrjäytymiseen liittyvät tekijät ja sosiaali- ja terveystalveluiden ajoittuminen. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti*, 56: 114–128. Luettu 05.05.2020. Saatavilla:

<https://journal.fi/sla/article/view/73002>

Partanen, P. & Salmi, P. (2020). ”Pelaaminenko syrjäyttää nuoria? Paskapuhetta!” Logged in -dokumenttisarjan päähenkilöille on arkea soittaa kavereille. *Yle Uutiset*. Luettu 06.05.2020. Saatavilla:

<https://yle.fi/aihe/artikkeli/2020/02/14/pelaaminenko-syrjayttaa-nuoria-paskapuhetta-logged-in-dokumenttisarjan>

Ristikari, T., Keski-Säntti, M., Sutela, E., Haapakorva, P., Kiilakoski, T., Pekkarinen, E., Kääriälä, A., Aaltonen, M., Huotari, T., Merikuikka, M., Salo, J., Juutinen, A., Pesonen-Smith, A., & Gissler, M. (2018). Suomi lasten kasvuympäristönä: Kahdeksantoista vuoden seuranta vuonna 1997 syntyneistä. *Kirjoittajat ja Terveiden hyvinvoinnin laitos*.

Saunders, J. B., Hao, W., Long, J., King, D. L., Mann, K., Fauth-Bühler, M., Rumpf, H.-J., . . . & Poznyak, V. (2017). Gaming Disorder: Its delineation as an important condition for diagnosis, management, and prevention. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(3), s. 271-279. Viitattu 30.09.2021. Saatavilla:

<https://akjournals.com/view/journals/2006/6/3/article-p271.xml>

Schaie, K. W. & Willis, S. L. (2016). *Handbook of the Psychology of Aging*. (8th ed.) London, UK: Academic Press, 20:396.

SEUL (2019). Mitä on e-urheilu? *Suomen elektronisen urheilun liitto*. Viitattu 06.10.2021. Saatavilla:

<https://seul.fi/mita-on-e-urheilu/>

Sevänen, S. (2019). Syrjäytyminen vaatii varhaista puuttumista. *Dialogi*. Viitattu 26.09.2021. Saatavilla:

<https://dialogi.diak.fi/2019/03/21/syrjaytyminen-vaatii-varhaista-puuttumista/>

Surendran, P. (2012). Technology Acceptance Model: A Survey of Literature. *International Journal of Business and Social Research*, vol. 2, julkaisu 4, 175-178. Luettu 24.09.2021. Saatavilla:

[https://econpapers.repec.org/article/mirmirbus/v\\_3a2\\_3ay\\_3a2012\\_3ai\\_3a4\\_3ap\\_3a175-178.htm](https://econpapers.repec.org/article/mirmirbus/v_3a2_3ay_3a2012_3ai_3a4_3ap_3a175-178.htm)

Taylor, N., Jenson, J., De Castell, S., & Dilouya, B. (2014). Public Displays of Play: Studying Online Games In Physical Settings. *Journal of Computer-Mediated Communication*, Vol 19:4, 763-779.

THL. (2021). Nuorten syrjäytymisen ehkäisy. *Terveiden ja hyvinvoinnin laitos*. Viitattu 05.10.2021. Saatavilla:  
<https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/hyvinvointi-ja-terveys/nuorten-syrjaytymisen-ehkaisy>

Twenge, J. M., Martin, G. N., & Spitzberg, B. H. (2019). The Rise of Digital Media, the Decline of TV, and the (Near) Demise of Print. Vol. 8, Nro 4, 329-345. Viitattu 26.09.2021, saatavilla:  
<https://www.semanticscholar.org/paper/Trends-in-U.S.-Adolescents%E2%80%99-media-use%2C-1976%E2%80%932016%3A-Twenge-Martin/d943dc25c3cffe9cabc2f68ad81cbbd5b84a7e>

USC University of Southern California (2020). Mental Illness and Public Health. *Keck School of Medicine of USC*. Luetu 06.05.2020. Saatavilla:  
<https://mphgree.usc.edu/blog/mental-illness-and-public-health/>

Valkama, J. (2019). Kokemusasiantuntijat osana PEILI- hankkeen kehitystiimiä. *Metropolia Ammattikorkeakoulu*.  
[https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/167084/valkama\\_johanna.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/167084/valkama_johanna.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Veirto, U. (2020). Syrjäytymistilastot täyttyvät nuorista miehistä. Putoaminen alkaa pienenä ja voimistuu koulussa. Teini-ikässä se viimeistellään. Miksi niin käy? *Apu.fi*. Luetu 05.05.2020. Saatavilla:  
<https://www.apu.fi/artikkelit/syrjaytyneista-enemmisto-nuoria-miehia-kierre-olisi-mahdollista-katkaista-jo-koulussa-miksi-nain-ei-tapahdu>

Wang, Q., Ren, H., Long, J., Liu, Y., & Liu, T. (2019). Research progress and debates on gaming disorder. *General Psychiatry*, 32(3): e100071. Viitattu 30.09.2021. Saatavilla:  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6678059/>

Wellcome (2020). From equality to global poverty: the Covid-19 effects on societies and economies. Luetu 24.09.2021. Saatavilla:  
<https://wellcome.org/news/equality-global-poverty-how-covid-19-affecting-societies-and-economies>

Witek, C. T., Finserås, T. R., Pallesen, S., Mentzoni, R. A., Hanss, D., Griffiths, M. D., & Molde, H. (2015). Prevalance and Predictors of Video Game Addiction: A Study Based on a National Representative Sample of Games. Viitattu 29.09.2021. Saatavilla:  
<https://link.springer.com/article/10.1007/s11469-015-9592-8>

World Health Organization (2018). Addictive behaviours: Gaming disorder. WHO Headquarters (HQ). Viitatti 29.09.2021. Saatavilla:  
<https://www.who.int/news-room/q-a-detail/addictive-behaviours-gaming-disorder>

Yue, W. S. & Zin, N. A. M. (2009). Usability evaluation for history educational games. *Department of Information Science, Faculty of Information Science and Technology*,

*National University of Malaysia*. Luetu 05.05.2020. Saatavilla:  
<https://dl-acm-org.pc124152 oulu.fi:9443/doi/abs/10.1145/1655925.1656110>